

Preisberechnung

Alle Zutaten konventionelle Produktion, dabei Huhn als ganzes Tier gekauft.
Zutaten zu den aktuell gängigen Preisen.

	Menge im Rezept	Einheitspreis	Preis fürs Gericht
Hühnerbrust	200 g	6,99 €/kg	1,40 €
Kartoffeln	450 g	0,80 €/kg	0,36 €
TK-Spinat	280 g	2,39 €/kg	0,67 €
Zwiebel	90 g	0,85 €/kg	0,08 €
Ei	1	19 ct/Stück	0,19 €
Zitrone	25 g	2,22 €/kg	0,06 €
Kartoffelstärke	100 g	2,58 €/kg	0,26 €
Maisstärke	10 g	2,48 €/kg	0,02 €
Butter	10 g	9,56 €/kg	0,10 €
Öl ca.	20 ml	1,69 €/Liter	0,03 €
Energie	geschätzt		0,50 €
			<u>3,66 €</u>
		pro Portion	1,83 €

Preisberechnung

Bio-Qualität: Hühnerbrust (als ganzes Tier gekauft), Ei, Spinat und Zitrone
Aus meiner Vorratshaltung: Huhn, Kartoffeln, Zwiebeln, Spinat und zu den damaligen Preisen.

Alle anderen Zutaten zu den aktuell gängigen Preisen.

	Menge im Rezept	Einheitspreis	Preis fürs Gericht
Hühnerbrust	200 g	14,99 €/kg	3,00 €
Kartoffeln	450 g	0,19 €/kg	0,09 €
TK-Spinat	280 g	2,09 €/kg	0,59 €
Zwiebel	90 g	0,60 €/kg	0,05 €
Ei	1	33 ct/Stück	0,33 €
Zitrone	25 g	0,99 €/kg	0,02 €
Kartoffelstärke	100 g	2,58 €/kg	0,26 €
Maisstärke	10 g	2,48 €/kg	0,02 €
Butter	10 g	9,56 €/kg	0,10 €
Öl ca.	20 ml	3,99 €/Liter	0,08 €
Energie	geschätzt		0,50 €
			<u>5,04 €</u>
		pro Portion	2,52 €

Preisberechnung

Alle Zutaten konventionelle Produktion, dabei Hühnerbrust als Einzelteile gekauft.

Zutaten zu den aktuell gängigen Preisen

	Menge im Rezept	Einheitspreis	Preis fürs Gericht
Hühnerbrust	200 g	9,98 €/kg	2,00 €
Kartoffeln	450 g	0,80 €/kg	0,36 €
TK-Spinat	280 g	2,39 €/kg	0,67 €
Zwiebel	90 g	0,85 €/kg	0,08 €
Ei	1	19 ct/Stück	0,19 €
Zitrone	25 g	2,22 €/kg	0,06 €
Kartoffelstärke	100 g	2,58 €/kg	0,26 €
Maisstärke	10 g	2,48 €/kg	0,02 €
Butter	10 g	9,56 €/kg	0,10 €
Öl ca.	20 ml	1,69 €/Liter	0,03 €
Energie	geschätzt		0,50 €
			<u>4,26 €</u>
		pro Portion	2,13 €

Preisberechnung

Bio-Qualität: Hühnerbrust (Einzelteil), Ei, Spinat und Zitrone.

Alle Zutaten zu den aktuell gängigen Preisen

	Menge im Rezept	Einheitspreis	Preis fürs Gericht
Hühnerbrust	200 g	25,99 €/kg	5,20 €
Kartoffeln	450 g	0,19 €/kg	0,09 €
TK-Spinat	280 g	2,69 €/kg	0,75 €
Zwiebel	90 g	0,85 €/kg	0,08 €
Ei	1	33 ct/Stück	0,33 €
Zitrone	25 g	3,78 €/kg	0,09 €
Kartoffelstärke	100 g	2,58 €/kg	0,26 €
Maisstärke	10 g	2,48 €/kg	0,02 €
Butter	10 g	9,56 €/kg	0,10 €
Öl ca.	20 ml	3,99 €/Liter	0,08 €
Energie	geschätzt		0,50 €
			<u>7,50 €</u>
		pro Portion	3,75 €